


# In cupa Nicadorilor conduce Stadiul Român, iar în cupa Al. Cantacuzino, T. C. R.

## Viforul-Dacia învinge la scor

O Duminică bogată în matchuri și rezultate. Jocurile au avut loc pe diferite terenuri ale Bucureștiului. Propagandă folositoare adusă rugbyului care totuși, a fost umbrită de atitudinea unor jucători cari și-au antrenat coardele vocale în loc să vadă de match. Ne referim la matchurile de categoria I-a. In schimb la categoria II-a am asistat la partida Stadiul Român-TCR, unde am văzut o serie de tineri cari n'au nimic comun cu rugbyul. Ar fi de dorit ca cei ce conduc cluburile respective să se ocupe serios de cadrele inferioare, inițiind pe tinerii jucători care, dece să nu mărturisim, dau dovadă de multă bunăvoință.

Deasemeni trebue să constatăm un fenomen curios ce se produce cu regularitate de câteva săptămâni și care pornește dela aceiaș echipă. Sistemul contestațiilor. Am crezut că, însfârșit, odată cu întronarea unei noi mentalități cluburile se vor debarasa de acest sistem neelegant și dăunător sportului cu balonul oval. Surprinderea e cu atât mai mare cu cât aceasta pornește dela o echipă care trebue să dovedească o ținută cu adevărat sportivă. Trebue să înțelegem odată pentru totdeauna: Contestarea este apanagiul celor slabi. Un match se câștigă pe teren, și luptă corect cu adversarul.

In ceace privește rezultatele tehnice trebue să remarcăm excepționalul rezultat scos de RC 13. Echipa d-lui Veluda deși pierde regulat, face întotdeauna partide frumoase. Ghinionul și forma adversarilor îi împiedică să câștige. Suntem siguri însă că în restul matchurilor vor reuși să depășească rezultatele anterioare, obținând chiar victorii.

E de menționat pețioasa victorie realizată de Sportul Studențesc în dauna CFR.

Viforul Dacia, a administrat din nou Victoriei o porție respectabilă de goaluri.

## Stadiul-Român R. C. 13 6-0 (3-0)

Echipele și-au prezentat următoarele formații:

STADIUL ROMAN. — Tudor Ion, Virgil Ion. C. Munteanu, V. Munteanu, Carol I., Conrad, Turuț, Blașek, Ghiondea II, Ștefănescu, Ghiondea I, Crivăț, Slobozeanu, Glăvan, Argeșiu.

R. C. 13. — Ifrim, Bratu, Grigorescu, Manoliu, Ifrim N. St. Buteică, Oprescu II, Borancea, Ciupea, Croitoru Rică, Tranulis, Ursescu, Simes

Stadiul Român se prezintă în 14 jucători.

In primul sfert de oră jocul este egal deoarece și la Stadiu și la RC 13 se fac greșeli elementare

Pe o astfel de greșeală Ifrim N., este pe punctul să marcheze în centru. Stadiștii își revin și în urma unei passe greșite urmate de un ofside Tudor Ion transformă lovitura de pedeapsă.

Urmează o ușoară dominare a alb-albaștrilor, cari scapă o penalizare.

In mi-temps-ul al doilea jocul nu se schimbă. Faze clare de atac sunt greșite din cauza nervozității și țipetelor scoase de jucători, lucru care ar trebui să înceteze.

Simeș șarjează pe tușe periclitând împreună cu N. Ifrim buturile stadiste. Egalarea plutește în aer. Când pe o deschidere a lui Turuț, Carol I. atacă evită adversarul său direct, scapă de placajul lui Ifrim și pecetluește scorul la 6-0.

Jocul a fost confuz și dezordonat. Stadiștii a uo linie de trei sferturi foarte bună, însă cu toate că are în Turuț și Conrad buni transmițători, nu realizează nimic.

Cred că puțin calm și passe mai repezi vor aduce echipei roș-albastru multe victorii. Insă atitudinea unor «bătrâni» lasă de dorit.

La înaintare au fost foarte activi Blașek, Ghiondea și Argeșiu. Iar în liniile de trei sferturi Carol s'a arătat decis.

R. C. 13 este o echipă al cărei mecanism se pune la punct în partea doua a jocului.

Are individualități, joacă cu multă vigoare, însă rezultatul nu se vede.

Cu toate eforturile lui Șimeș și N. Ifrim, care a prestat un joc foarte bun, RC 13 a scăpat o egalare pe care o avea la îndemână.

Deci pe viitor: calm și mai puțină gălăgie

Arbitrul Buzoianu a fost depășit de importanța întâlnirei

G. O. T.

## Sportul Studențesc a învins cu greu pe C. F. R. cu 8-3 (3-3)

La fluerul d-lui Ionică Georgescu echipele au prezentat următoarele formații:

SP. STUDENȚESC: Dan Ionescu, Cosmănescu, Popa, Andrieș, Rigler, Dan Ivănescu, Antimici, Diaconu, Teodorescu, Marinaș, Macarovici, Camenița, Găgău, Costescu, Părcălăbescu.

CFR: Korner, Ionescu N., Onțică, Tenescu II, Goga, Sfetescu, Cocor, Ionescu I., Popescu N., Clinciu, Gruia, Bâtu, Ionescu V., Tenescu I., Milea, Stănculescu.

Jocul a fost interesant.

S'a jucat mai mult pe înaintare. Sportul-Studențesc a reușit și de data aceasta să obțină victoria la limită. CFR a făcut o partidă mare. Ghinionul și forma adversarului l-a împiedicat să câștige, deși a presat «binișor» în repriza n-a din nou Găgan a adus victoria echipei sale în ultimele minute ale partidei. In urma acestui joc Sportul Studențesc și-a mărit șansa de a câștiga Cupa Nicadorilor, singurul adversar serios ce i-a mai rămas fiind Viforul Dacia.

Cum am mai spus partida n'a fost spectaculoasă. Am asistat la un joc închis impus în special de înaintarea CFR-ului, care are linia trei sferturi și mai slabă ca acea a Sportului Studențesc. In prima repriză CFR reușește să ia conducerea prin încercarea marcată de Stănculescu. Spotrul-Studențesc strânge rândurile. Rezultatul nu întârzie să vină. Popa străpunge apărarea feroviară și aduce egalarea. După pauză se părea că feroviarii vor ridica scorul. Simplă impresie. Cu toată dominarea nu reușesc să marcheze. Ceva mai mult. Găgan Ionescu care a fost eri unul din cei mai buni jucători de pe teren marchează cu câteva minute de sfârșit aducând o prețioasă victorie echipei sale. Transformarea e reușită matchul luând sfârșit cu rezultatul de 8—3.

S'a remarcat la Sportul Studențesc: Găgan, Andrieș, Diaconu. Găgănel, Tonescu foarte slab.

Dela CFR: Zamfir, Korner, Clinciu și Onțică, ultimul dovedind calități excepționale la placaj.

## Viforul Dacia sdrobește Victoria cu 5 8-3 (16-0)

Sub arbitrajul excelent al d-lui Mișu Vardala s'a disputat partida între Viforul Dacia și Victoria, partidă care n'a avut absolut nici un istoric și care a revenit din nou la scor astronomic echipei din Floreasca.

Echipele au prezentat următoarele formații:

*VIFORUL DACIA: Jianu, Calistrat, Nicu Nicolau, G. Vasilescu, Niculescu-Chinezu, Comănescu, Traian, Covaci, Fanella, Anastasiade, Sedey, Fabio, Kurzbauer, Grigorescu, Naum.*

*VICTORIA: Marinescu, Antonescu, Georgescu, Crăciun, Zoman, Weber, Milică, Garulli, Capotă, Piduti, Cârstea H. Ionescu, Miu, Titus Ianculescu, Domnescu.*

Partida care trebuia să înceapă la ora 15 fix a început la 15,40. Nu înțelegem dece nu se ia o hotărâre definitivă în această privință. Prin astfel de întârzieri se scade din prestigiul Directoratului de Rugby.

Despre joc nu prea avem ce vorbi. Viforul Dacia a marcat când și cum a vrut. Din partea Victoriei nu putem spune decât că a jucat extrem de dur, ca să nu zicem brutal. Deasemeni jocul a fost acompaniat de un concert bine dirijat la care au contribuit într'o egală măsură ambele echipe. Dirijor s'a erijiat oratorul Garuli, care ne-a dovedit excepționale calități pentru acest post.

Numai că rugby-ul se joacă cu capul și picioarele nu cu oratoria. Ceace ne-a întristat este faptul că jucătorul Garuli a «sărit peste cal», debitând cuvinte ofensătoare la adresa arbitrului. Sperăm că acest caz va fi soluționat așa cum trebue de Derectorat.

Au marcat: Covaci (5 ori), Calisrat (2), Vasilescu (2), Comănescu, Naum, M. Nicolau, Fabio, Mișu Niculescu și Marinescu (pentru Victoria).

A transformat de cinci ori Covaci, în zi bună.

S'au remarcat dela Viforul Dacia: Naum, în mare formă, Fabio Sedey și Comănescu. Grigorescu a talonat foarte slab.

Dela Victoria ne-a plăcut Domnescu, foarte bun, Miu excelent și Antonescu.

## Cupa A. Cantacuzino

T. C. R. II — STADIUL ROMAN II
6-3 (3-0)

Echipa secundă a decanilor s'a prezentat în formație completă în fața roș-albaștrilor.

Având toate baloanele la grămadă și o superioritate vădită la tușă, verzii au reușit un scor minim din cauza slabei omportăr a jumătăților și trei-sferturilor.

Dela T. C. F. ne-au plăcut taloneurul Oteteleșanu și Frățilă. Iar în linia de trei-sferturi singurul M. Bârsan a corespuns.

Dela Stadiști s'au remarcat Mirco, Nanciu și Zăvoianu. Diaconu a arbitrat mulțumitor.

*CATEGORIA II-a*

VIFORUL DACIA — VICTORIA
14—7 (3—7)

După cum am prevăzut Viforul Dacia a prezentat o echipă pestriță care cu toate acestea a dispus de Victoria cu 14-7, deși victoriștii conduceau la pauză. La galbeni am văzut la un moment — din cauza lipsei de jucători — intrând pe teren vechii jucători de rugby: Ionică Georgescu, Vasile Manolescu, etc.

La sfârșitul celei de a 2-a reprize au fost introduși Marcu Nicolau și Gh. Cociu care jucaseră cu puțin înainte la football. Aportul lor a fost decisiv.

Am remarcat la galbeni jocul complet al lui Nelu Vulescu, care va deveni în scurt timp un jucător de clasă, Gh. Cociu, care dovedește certe calități și la rugby, Debu, aclaș valoros element de club și Sucitu.

A produs o plăcută surpriză reintrarea lui Nea Ionică Georgescu — veșnic tânăr — și Vasile Manolescu, animatorul trei-sferturilor. Am remarcat în special formidabilele sale lovituri de picior.

Dela Victoria ne-a plăcut jocul variat și inteligent al fundașului Chiran, excepționalele calități ale mijlocașului de grămadă Păunescu și masiviatea prodigioasă a lui Mandero.

Arbitrajul d-lui Dan Ionescu autoritar și corect.

SP. STUDENȚESC — C. F. R.
11—7 (8—4)

C. F. R.-ul a capotat în fața Sportului, care nu a fost cu nimic superior acestora.

In general jocul a fost frumos cu deschideri spectaculoase.

Biluță, Creițanu și Chiniu II de la C. F. R.; iar dela Sp. Studențesc Marian, Scorțeanu și Georgescu au fost cei mai buni.

Arb. Manoliu, slab.

CLASAMENTUL
CUPEI NICADORILOR

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Stadiul Român | 1 | 1 | 0 | 0 | 6-0 | 3 |
| Viforul Dacia | 1 | 1 | 0 | 0 | 58-3 | 3 |
| Sp. Studențesc | 1 | 1 | 0 | 0 | 8-3 | 3 |
| C. F. R. | 1 | 0 | 0 | 1 | 3-8 | 1 |
| R. C. 13 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0-6 | 1 |
| Victoria | 1 | 0 | 0 | 1 | 3-58 | 1 |
| T. C. R. | 0 | 0 | 0 | 0 | 0-0 | 0 |

CUPA A. CANTACUZINO

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| T. C. R. | 1 | 1 | — | — | 3 |
| Viforul Dacia | 1 | 1 | — | — | 3 |
| Sportul Studențesc | 1 | 1 | — | — | 3 |
| Stadiul Român | 1 | — | — | 1 | 1 |
| C. F. R. | 1 | — | — | 1 | 1 |
| Victoria | 1 | — | — | 1 | 1 |

## Șeful sportului românesc între muncitorii sportivi

*Șeful sportului românesc a fost, cu două seri în urmă, între muncitorii sportivi, — la consfătuirea dela Camera de Muncă.*

*Au fost acolo reprezentate aproape toate grupările muncitorești districtuale. Nu știm dacă nu cumva ar fi fost bine ca și grupările muncitorești divizionare să-și fi trimis reprezentanții. Este o chestiune care rămâne de discutat pentrucă ni se pare firesc ca și acestea să fie încadrate în noul Directorat al Sportului Muncitoresc.*

*Dar a fost acolo, în sala de ședințe a Camerei de Muncă, o atmosferă cum de mult n'am mai avut prilejul să întâlnim în consfătuiri cu caracter sportiv.*

*Cot la cot cu muncitorii sportivi, camaradul Manole Stroici a lucrat, a discutat și a căutat soluții, fără să subestimeze valoarea propunerilor camarazilor muncitori.*

*Prezența sa acolo și felul în care, de comun acord cu camaradul George Macrin, șeful organizației «Luptă și Lumină» a lucrat ajutat de toți cei prezenți a insuflat o nouă doză de încredere între reprezentanții sportului muncitoresc, a mărit elanul și a întărit nădejdile într'un viitor mai bun.*

*Șeful sportului românesc a înțeles că locul său este acolo și muncitorii au apreciat așa cum se cuvine prezența lui între ei. Un exemplu de cum trebuie să se lucreze.*

# VOLLEY-BASKET

# Pe teren două matchuri ce au corespuns iar în sală o reuniune organizată la... telefon și departe de așteptări

## Viforul Dacia este campion al cat. II-a

*Grupările noastre sunt încă departe de a fi serioase. Nn anunță revanșe, le contramandează, ca apoi în ultima seară, la telefon, să decidă o reuniune. Urmarea acestui joc de-a programarea este că nimeni nu știe dacă se joacă sau nu. Nici măcar cei ce joacă.*

*Nu ar fi nimic dacă toate aceste fapte nu ar avea cauze deloc plăcute pentru toată lumea. Spectatorii sunt însă în dilemă și în loc să riște o deplasare renunță la vizionarea unor partide. Chiar jucătorii, în parte nu știu ce să facă și ca urmare nici echipele nu vin complete*

*Revanșele nu își mai ajung scopul și spectacolul suferă. Suferă și spectatorii optimiști ce vin cu speranțe și pleacă cu regrete.*

*Dece nu putem fi serioși? Dece grupările nu vor să înțeleagă că o astfel de ușurință nu le poate folosi de loc nici lor, nici volley-ballului în general. In trecut, o stare de lucruri pe care o știm prea bine, putea permite astfel de ușurinți. Nu însă și astăzi când* ordinea *trebue să primeze.*

*Tot ce am spus până acum se referă la revanșele ce s'au jucat eri în sala «Inainte» într'un cadru cu totul anonim, pe care însă nu îl regretăm*

Numai revanșe nu putem numi matchurile ce s'au jucat. *Poate o singură echipă din cele prezente a avut formație completă și a jucat mai bine*

*In rest o distracție, pentru cei depe teren și foarte rar o fază mai disputată, mai spectaculoasă pentru specratorii rătăciți în sala din Caglea Șerban Vodă.*

*Dece toate acestea? Fiindcă întâlnirile au fost puse la cale Vineri, Sâmbătă s'a renunțat la ele și Sâmbătă seara s'a revenit.*

*Urmarea? Echipa de fete a Sportului Studențesc a jucat în cinci, Bonaparte și Avântul Sportiv au făcut uz de câteva echizițîi dintre jucătorii ce au plecat de acasă cu gândul de a fi spectatori, sau au scos dela... rezerve jucători ce iau lăsat de răi dar pe cari totuși, eri i-au luat de buni.*

*Rezultatul nu putea fi decât cel ce am fost silit să-l vedem. Adică dispute slabe cu factură și pe deasupra lipsite de nerv.*

*O dovadă în plus că partidele oficiale au partea lor bună.*

## Bonaparte — Sportul Studențesc 3-1

**BONAPARTE: Mariana Comănescu, Ani Agapie, Neli Tipărescu, Adina Popescu, Buna Agapie, Lulu Cristescu**



NELY TIPARESCU

**SP. STUDENȚESC: Rodica Riegler, Magda Grigorescu, Coca Trandafirescu, Jeni Dumitriu. Leni Tomescu.**

Deci, Bonaparte, spre binele echipei, fără Țuli Marinescu, iar Sp. Studențesc fără Solange d'Herbetz și Antigona Papazicopol, dar cu Coca Trandafirescu.

In primul set Bonaparte repetă figura din finală și deși ajunge prima la set-ball, pierde. In continuare pune însă stăpânire pe joc și acumularea celorlalte seturi este o chestiune de timp, căci perioadele de dominare ale Sp. Studențesc nu aduc decât încruntături din partea Marianei Comănescu.

In general a fost de factură slabă și nu a plăcut decât prin câteva acțiuni personale oarecum spectaculoase.

Bonaparte a meritat victoria, dar ea nu înseamnă mare lucru, dacă ținem seamă de formația Sportului Studențesc.

Și o constatare tristă: Jucătoarele nu știu să servească. Și dintr'o parte și din cealaltă s'au greșit copilărește numeroase servicii. Chiar la setball Leni Tomescu a bătut în fileu, privând Sportul Studențesc de un al doilea set câștigat. Dar recordul serviciilor greșite îl deține Mariana Comănescu, care nu a reușit nici să treacă mingia peste fileu, nici să o bată măcar în el, și numai pe dedesubt. Nu dăm aceste întâmplări ca simple curiaozități, ci pentru a arăta cum sunt neglijate lucrurile cele mai elementare ale unui match de volleyball.

## Bonaparte — Av. Sportiv 3-0

**BONAPARTE: C. Herold, Fl. Popescu, George Niculescu (?), Cicero Danielescu (?), Hans Dlugoș și Puiu Gheorghiade.**

**AVANTUL SPORTIV: Romulus Țețu, Toma Lucian, Dorel Scorțeanu, Gicu Constantinescu, Bică Grigorescu (.), Dan Plopeanu.**

Un amalgan de jucători care puteau da mult, dar n'au dat mai nimic, sau mai bine zis au dat prea puțin. A lipsit **nervul** pe care numai un match oficial sua o ambiție îl poate d. Cum însă ieri caracterul de revanșe dispăruse odată cu formarea echipelor, interesul nu a mai existat.

Bonaparte a fost mai bun și a câștigat relativ ușor, căci mai ales Avântul Sportiv a **fost** cel care nu a luptat. Să fie cheia acestei întâmplări de necrezut lipsa lui Oană Trandafirescu? Tot ce e posibil, căci dacă aportul lui ca jucător a fost înlocuit cu succes de cel adus de Bică Grigorescu, cel **guraliv** a fost resimțit. Și dacă Dorel Scorțeanu nu a avut pe cine să se supere și pe cine să arunce vina mingilor pierdute, nici nu a mai luptat ca până acum.

C. F. R. — JUVENTUS TIRUL.
31-25 (18-19)

O surpriză! Tirul după două comportări bune, a pierdut un match în care pornea favorit. Nu are decât scuza că a jucat slab în fața unui adversar ce s'a regăsit și care a început minunat, conducând după câteva minute de joc cu 12-0.

VIFORUL DACIA — PEBE 3-2

Finala categoriei a doua de volley-ball a corespuns așteptărilor, fiind o partidă spectaculoasă și disputată. Pebeul a câștigat primul și al treilea set, dar nu și al cincilea în care Viforul Dacia a știut cum să joace și a câștigat ușor.

Dintre jucători remarcăm pe Ralea și Vulescu dela învingători, iar dela învinși pe Bebe Petrescu și Blănaru.

REZULTATELE TEHNICE

**Volley-ball masculin: Bonaparte-Sp. Studențesc, 14-15; 15-6; 15-12 15-14.**

**Volley-ball masculin: Bonaparte-Avântul Sportiv, 15-9; 15-9; 15-8.**

**Viforul Dacia — Pebe, 13-15; 15-11; 11-14; 15-7.**

CICERO DANIELESCU

**Basket-ball: C. F. R. — Juventus Tirul, 31-25 (18-12).**

— ti. gru. —

### La Giurgiu

## Lic. Comercial - lic. I. Maiorescu, 15-8; 15-3

GIURGIU 24 (Prin telefon). — Astăzi s'a disputat în localitate un match de volley între școlari.

Liceul comercial a dispus de liceul Ion Maiorescu în două seturi, dar diferența de scor nu a fost și cea după teren, căci învinșii au jucat relativ bine și au dat mult de lucru învingătorilor. Nu au fost însă eficaci.

# Exercițiul fizic temei al sănătății sufletești

*(Continuare din pag. I-a)*

*cițiul fizic și sufletul omului. Această legătură o voi dovedi eu azi în fața Domniilor Voastre.*

Pentru acest lucru, TREBUE SA ARAT CA ESTE O STRANSA UNIRE INTRE TRUP ȘI SUFLET.

*Ne-o dovedește învățătura creștină, care nu socoate grija de trup ca un păcat, ci din potrivă, socotește păcat neîngrijirea de sănătatea trupului, căci zice Mântuitorul, slăbănogului vindecat trupește: «iată te-ai făcut sănătos, deacum să nu mai păcătuești ca să nu-ți fie ție ceva rău».*

*Inainte de «cădere», trupul omenesc nu cunoscuse boala și nu știa ce-i schilodirea. «Era o statue a lui Dumnezeu, umblând prin grădină» Schilodirea, neputința, au venit după isgonirea lui Adam din Rai.*

*Ieseamnă că la începutul începuturilor — înainte de păcat — omul avea o sănătate sufletească perfectă și o sănătate fizică completă. Legătura dintre suflet și corp, de atunci există. După porunca lui Dumnezeu pământul cu toate bogățiile și vietățile lui a fost dat în stăpânire omului, făptura superioară, care le stăpânește și le conduce prin simțirea lui superioară celorlalte animale. Ca să le poată stăpâni însă trebue să îngrijească de trupul său, asigurându-și viața în condițiunile oferite de natură. Aceasta constitue o nouă dovadă că omul se compune din două părți: una materială,* corpul *și alta spirituală,* sufletul.

*Corpul este deci un instrument complicat, dar necesar sufletului; un auxiliar indispensabil tuturor acțiunilor omenești, fără să poată îndeplini singur rostul omului în viață. Această misiune realizează numai cu ajutorul spiritului, gândului și avântului sufletesc.*

*Există deci o strânsă legătură între suflet și corp, din care legătură se naște adevăratul înțeles al omului, care a fost creat de divinitate după chipul și asemănarea lui Dumnezeu. Mai înseamnă că sufletul organizează corpul, care-i făcut numai pentru suflet. Sufletul deci dă formă corpului pe care îl conduce și față de suflet corpul se găsește ca și un frate care participă la determinarea destinului trecător și destinului vecinic al omului.*

*Păcatul moștenit prin isgonirea lui Adam, ca să fie iertat, trebue să fie ispășit. Una dintre aceste ispășiri o găsim în dorința naturală a omului ca să devie cât mai perfect, cât mai aproape de chipul și asemănarea lui Dumnezeu. Deci iată încă o dovadă că prin vrerea Atotputernicului luptăm în viață ca să stabilim strânsa unire între sănătatea trupească și cea sufletească, ambele formând începutul perfecțiunei omenești.*

### Să arătăm acum ce rost are exercițiul fizic în desvoltarea și perfecționarea trupului nostru

*Se știe că mașina omenească este un continuu transformator. Primește dinafară energie sub diferite forme: aer, lumină, apă, căldură, alimente și le transformă în ființa lui prin aparatul digestiv, circulator, etc. pregătindu-și noui resurse și eliminând rezidurile. Aceste procese de asimilare implică organismului un dosaj de mișcare, care are diferite aspecte. Această mișcare strict necesară este însăși viața. Dar mișcarea dozată și reglementată pentru buna asigurare a vieții, nu-i altceva decât exercițiul fizic aplicat corpului omenesc.*

*Prin exercițiul fizic dăm organismului nostru o desvoltare cât mai bună, urmărim să realizăm perfecțiunea omenească pe care am pierdut-o încă dela începutul existenței noastre pe pământ.*

*Exercițiul fizic executat cu înțelegere și urmărit în efectele sale asupra corpului, ne asigură o igienă cât mai bună, stabilind relațiunile cele mai strânse între importantele funcțiuni vitale ale organismului nostru, care sunt: circulația sângelui, respirația, digestia cu asmilarea și desasmilarea și orânduirea internă a funcțiunii nervilor, cu scopul să asigure o desvoltare trupească cât mai igienică.*

*Prin înrâurirea exercițiilor firești și printr'o grijulie distribuire a efortului fizic, reușm să desvoltăm corpul nostru cât mai armonic și deci cât mai normal. Indeletnicindu-se omul cu aceste exerciții fizice, rațional organizate, își poate asigura dosarea eforturilor sale fizice ca să fie capabil de un maximum de lucru cu minimum de energie cheltuităă*

*Practicând exedcițiile fizice, învățăm cum să ne hrănim și cum să ne odihnim. Știm să lucrăm fizicește atât cât poate suporta organismul Găsim mijlocul de a echilibra eforturile fizice pentru a păstra cât mai nevătămate funcțiunile organismului nostru, de care avem nevoe pentrucă unealta sufletului este corpul, unealta care trebue să fie permanent în bună stare de funcționare căci numai astfel omul poate birui în viață.*

*Această permanență bună stare fizică nu ne-o dă decât exercițiul fizic. El stăpânește condițiunea de vgiață fizică a omului. El pune pe individ în condițiunle cele mai bune ca să-și arate valoarea sa.*

*In cursul conferinței am vorbit că sănătatea sufletească a primului om, adică curățenia lui sufletească, credința lui, îl făcea să aibă trupul ca o statue a lui Dumnezeu. După păcat, sănătatea sufletească s'a sdruncinat, s'a împuținat și statuia care se plimba făloasă prin grădină și a pierdut din ținuta sa, coborând pe pământ, s'a schilodit. Inseamnă că sănătatea sufletească nu poate exista decât într'un corp cât mai sănătos și că se află un raport direct între aceste două condițiuni esențiale ale vieții.*

*Omul, în goana sa după ideal, aleargă după fericire: dorința naturală și instinctivă. Această acțiune permanentă și omenească este o altă ispășire a păcatului inițial.*

*Pentru a se apropia de fericire omul are nevoe să-și desmorțească calitățile sufletești ereditare și să-și dobândească altele noui. Fericirea, fiind o noțiune de ordin psihic, nu poate fi atinsă decât cultivându-se sănătatea sufletului. Invățații au dat diferite definițiuni sufletului. Dacă luăm pe acela ale lui Diogene:* un caracter al măririi dumnezeești; *Zinon:* armonia organelor și *a lui Aristoteles:* o veșnică mișcare a unui trup firesc și organic în puterea vieții, *înțelegem că numai prin mișcare, adică prin exercițiu fizic, dozat și rațional executat, putem să ajungem la o sănătate sufletească cât mai bună.*

*Acesta este adevărul, pentrucă omului sănătos, căruia îi funcționează în echilibru perfect toate marile funcțiuni organice, nu-i lipsește optimismul, datorit stării permanente de bună dispoziție. Optimismul este cheia tuturor înclinațiunilor bune.*

*Energia fizică prin sănătatea trupului și forma cât mai aproape de perfect a corpului desvoltat armonios, asigură individului calitățile: perseverența, curajul, hotărârea, voința și răbdarea. Il face stăpân de sine, îi desvoltă reflexele, spiritul de onoare, puterea de concentrare și combativitatea, fiind în permanență activ, prin sănătatea și rezistența sa fizică.*

*Aceste calități fizice, stabilite direct prin perfecta și armonioasa funcționare a organismului, dau omului înțelegeri superioare de viață, dându-i posibilitatea să fie: altruist, entuziast, disciplinat, statornic în gândurile sale și mai ales credincios în convingerile și în acțiunea sa*

*Dovedirea acestor calități, desvoltate în individul care practică exercițiul fizic ca să-și menție sănătatea trupului, definește cu preciziune noțiunea de sănătate sufletească. Așa că ea este determinată temeinic numai de exercițiile fizice științific organizate și practicate, ce cel mai bun mijloc pentru asigurarea sănătății trupului.*

*Exercițiul fizic îngrijit făcut, urmărind să întărească muschiulatura corpului și să asigure o cât mai armonioasă funcțiune organică internă, întemeiază în viața sufletească o serie de manifestațiuni de ordin superior, care laolaltă fac sănătatea sufletească a omului.*

### Temeiul sănătății sufletești

*Arătând care-i temeiul sănătății sufletești a individului, mă gândesc ce s'ar putea face pentru rezolvarea acestei probleme în cadrul existenței nației românești.*

*Organizând cu mare grije exercițiile fizice în grupe științifice întocmite, predându-le după norme bine experimentate, alcătuim cu temei adevărata educație fizică, element de primă valoare a educației integrale.*

*Asigurând individului sănătatea sufletească, o asigurăm colectivității și mai ales impunem nației o nouă structură a vieței sale. Sănătatea sufletească a individului chemat și încadrat într'o activitate și supus de bună voie unei discipline dure, este temeiul transformării omului de ieri în om nou și totodată crezul generațiilor tinere, chemate la viața românească, de Mișcarea Lgionară.*

*Sănătatea sufletească distinge concepția perimată a regimurilor democrate de concepția legionară și caracterizează pe omul încadrat în noua mistică prin* puterea lui de sacrificiu.

*Din acest isvor țâșnește dragostea tineretului pentru Neam. Pentru această dragoste au murit martirii Neamului, martirii Legiunii și prin ea ne-a învățat Căpitanul adevăratul simțământ creștinesc și românesc. Sănătatea sufletească a fost floare rară. Azi se îmbie tineretul verde s'o culeagă, că-i obârșie de dragoste.*

*Prin dragoste găsim în sufletele noastre puteri de credință, de muncă, ordine și supunere, stânci de granit pe care se clădește noul Stat Național Legionar.*

*Prin sănătate sufletească renaște Nația. Prin ea ducem Biruința Legionară la culmi de dumnezeească înțelegere.*

Pentru România Legionară.

Trăiască Legiunea și Căpitanul.